

Akran Zorbalığı Nedir?

Akran zorbalığı, bir çocuğun bir veya daha fazla akranı tarafından tekrar tekrar ve kasıtlı biçimde kötü muameleye maruz kaldığı bir istismar türüdür.

Akran Zorbalığı Nedenleri Nelerdir?

Genel olarak akran zorbalığının nedenleri şu şekildedir:

- Güç dengesizliği yaygın görülen ilk faktördür. Çocuk, kendini güçlü göstermek amacıyla sıklıkla bu yola başvurarak akranlarına baskı oluşturabilir.
- Ailevi problemler, çocukların baş etmekte zorlandığı ve öfkelenildiği durumlar arasındadır. Çocuk, öfkesini kontrol edemeyerek arkadaşlarına karşı zorba tavırlar oluşturabilir.
- Çocuklar, sosyal medyada kendilerine bir karakter belirleyebilir. Belirledikleri karakteri, yansıtabilmek adına onun kötü hareket ve davranışlarını da tekrar edebilir.
- Arkadaş grubu baskısı da sorunun nedenleri arasında yer alır. Okul ya da mahalle içerisinde yer alan baskın grubun kurallarına uymak adına bu yaklaşımlar görülebilir.

Akran Zorbalığı Hangi Yaşlarda Görülür?

Bu problem, hayatın her döneminde görülebilir. Yapılan araştırmalar kapsamında 7 - 15 yaş arasında daha yoğun olduğu belirlenir.

Akran Zorbalığı Türleri

Karşı tarafa zarar veren her tür davranış ya da söz bu problem içerisinde yer alır. Geniş bir alanı kapsayan akran zorbalığı türleri ise fiziksel, duygusal, sözel, sosyal, siber, cinsel ve eşya zorbalığı şeklinde çeşitlendirilebilir.

Fiziksel Akran Zorbalığı

Zorbanın karşısındaki kişiye fiziksel olarak verdiği her türlü zarar bu tür içerisinde yer alır.

Duygusal Akran Zorbalığı

Ortak çalışma ya da projelerde dışlanma ile başlayan bu durum, görmezden gelmeye kadar uzanır. Bu nokta da kişi zorba ya da zorba grubun davranışlarından duygusal olarak zarar görür.

Sözel Akran Zorbalığı

Zarar veren tüm sözel davranışlar bu çeşit içerisinde yer alır. Hakaret ya da tehdit etmek, lakap takmak, dalga geçmek sözel akran zorbalığı örnekleri arasındadır.

Sosyal Akran Zorbalığı

Rahatsız edici davranışların, grup üyelerine yansıdığı durumlar da bu problem görülür.

Siber Akran Zorbalığı

Çeşitli sosyal mecralar üzerinden yapılan tehdit, hakaret davranışları bu çeşidin örneklerindedir.

Cinsel Akran Zorbalığı

Kişinin istemediği her cinsel dokunuş ya da söz, kıyafet kaldırma gibi durumlar bu soruna örnek sayılabilir.

Eşya Zorbalığı

Çocuğun el konulan ya da rızası dışında kullanılan eşyaları bu türün örneklerinden biridir.

Akran Zorbalığı Belirtileri Nelerdir?

Bu durumun belirtileri, kişiye bağlı olarak farklılaşabilir. Aynı zamanda zorba, mağdur ya da seyirci grupta görülen belirtiler birbirinden farklı olabilir.

Zorbalığa Uğrayanların (Mağdur) Gösterdiği Davranışlar

Genel olarak mağdur kişiler sağlık sorunları ya da stres bozuklukları ile karşılaşabilir. Uykusuzluk, anksiyete gibi problemler ile beraber sosyalleşme davranışında isteksizlik de sıklıkla karşılaşılan davranışlar arasındadır.

Zorbalığı Yapanların (Zorba) Gösterdiği Davranışlar

Kurallara uymama davranışı göstermeleriyle beraber öfke kontrolü konusunda problem yaşayabilirler Aynı zamanda bu kişilerde empati duygusu da yeterince gelişmemiş olabilir.

Zorbalığa Tanık Olanların (Seyirci) Gösterdiği Davranışlar

Zorbalığa tanık olan kişilerde iki farklı tip davranış görülebilir:

- Birinci davranış, seyircilerin kendini suçlu hissetmesi olur. Zarar veren davranışı kendi yapmamalarına rağmen suçluluk hissi yaşayabilirler.
- İkinci davranış ise mağdurun zorbayı kışkırtarak bu davranışı hak ettiği yönünde olur. Birinci davranışa kıyasla görülme sıklığı oldukça fazladır.

Akran Zorbalığının Etkileri ve Sonuçları Nelerdir?

Zorbalığına uğrayan kişiler, uyum konusunda çeşitli problemler ile karşılaşabilir. Günlük hayat katılmak onlar için bir hayli zorken travma ve özgüven problemleri ile karşılaşabilirler.

Akran Zorbalığından Korunma Yöntemleri Nelerdir?

Korunmak için özgüvenin geliştirilmesi gereklidir. Özgüvenin gelişmesi adına da zorbalıkla karşılaşılan ortam dışında sosyalleşme, çeşitli kurs ve aktivitelere katılma, ebeveyn ve öğretmenden alınan cesaretlendirici sözler gereklidir. Aynı zamanda zorbalık yapan kişiyi sosyal medya hesaplarından çıkarma ve silme de korunma yöntemlerindedir.

Akran Zorbalığını Önleme Yöntemleri Nelerdir?

Son dönemde yaygın olarak görülen bu problem, Akran zorbalığı nasıl önlenir sorusunu da beraberinde getirir. Bu davranışı önlemek için öğretmen ve rehberlik servislerinden yardım alınması gereklidir.

Okulda Alınabilecek Önlemler

Okulda alınması gereken önlemlerden biri akran zorbalığı etkinlikleridir. Çocuklarda empati duygusunun gelişmesini sağlayan bu etkinlikler, zorbalık davranışlarının azaltılması ve ortadan kaldırılmasını sağlayabilir.

Ailede Alınabilecek Önlemler

Çocuk ve aile bireyleri arasında sağlıklı iletişim kurmak, alınabilecek olan önlemlerdendir. Kurulan sağlıklı iletişim, çocuğun ailesi ile durumu paylaşması ve olayların travmatik sonuçlara ulaşmadan çözümlenmesine yardımcı olabilir.

Akran Zorbalığında Destek ve Kaynaklar

Okulda karşılaşılan zorbalıklar için rehberlik servisi ve öğretmenler gerekli destek de bulunabilir. Siber olarak yapılan zorbalıklar için ise ALO 166 nolu hat ile iletişime geçerek zorbalık sorunu için destek alabilirsiniz.

Akran Zorbalığı Hakkında Sıkça Sorulan Sorular

Akran zorbalığına uğrayan birine nasıl yardımcı olabilirim?

Sessiz kalmayarak en büyük yardımda bulunabilirsiniz. O kişinin karşılaştığı zorbalığa müdahale edebilir, bu konuda zorlanıyor iseniz yardım edebilecek kişilere konu hakkında bilgi verebilirsiniz.

Akran zorbalığı nerede görülür?

Bu sorun; okul, mahalle, sosyal medya, gezi kulüpleri gibi pek çok ortamda görülebilir.

Çocuklar neden zorbalık yapar?

Özgüven ya da uyum konusunda problem yaşayan çocuklar, öfke sorunu ile karşılaşabilir. Bu sorun kapsamında öfkelerini birinden çıkarmayı tercih edebilirler.

Akran zorbalığı kendi haline bırakılırsa geçer mi?

Bu durum, kendi haline bırakılınca geçen problemlerden biri değildir. Bu sorun için sessiz kalmak, zorbalığın doz ve şeklini artırabilir.

Zorbalığa uğrayan çocuğun ebeveyni ne yapmalıdır?

İlk olarak sakin kalmalısınız. Çocuğunuzu cesaretlendirmeli, olayı yakından gözlemlemelisiniz. Okulda yaşanan durumlar hakkında öğretmenlere bilgi vermeli ve bu zorbalığı yapan kişinin de bir çocuk olduğunu unutmamalısınız.

Zorbalık yapan çocuğun ebeveyni ne yapmalıdır?

Çocuğunuz ile iletişimini artırmalı ve yaptığı davranışı takdir etmediğinizi belirterek ona kendini ifade edebilmek için başka yollar sunmalısınız. Enerjisini çeşitli spor dalları için kullanmasına da teşvik edebilirsiniz.

Aile, çocuğunun akran zorbalığına uğradığını nasıl anlayabilir?

Çocuğun sosyal ortama katılmak istememesi ve eşyaların sıklıkla kaybolması ya da zarar görmesi yaygın olarak görülür. Bu durumlar da çocuğunuz ile sağlıklı iletişim kurarak bilgi almalısınız.

Akran zorbalığında terapi gerekir mi?

Olayın tekrarlanması ve yetişkinlik hayatına yansımaması adına terapi gereklidir.

Genellikle hangi özelliklere sahip çocuklar akran zorbalığı yaparlar?

Öfke sorunu yaşıyan, saldırganlık dürtüsünü kontrol edemeyen çocuklar da yoğun olarak görülür.

Hangi özelliklere sahip çocuklar akran zorbalığına maruz kalır?

Kendini ifade etme konusunda çekinen ve utangaç çocuklar bu sorunla sıklıkla karşılaşabilir.

Hangi davranışlar akran zorbalığı sayılır?

Tekrarlayan fiziksel ya da psikolojik baskılar bu soruna örnek sayılabilir.

Akran zorbalığında hangi uzmandan destek alınmalıdır?

Psikolog ya da psikiyatristen destek alınabilir.

Öğretmenler akran zorbalığına karşı ne yapmalıdır?

Olay görüldüğü an müdahale edilmeli, konu hakkında çeşitli etkinlik ve çalışmalar ile empati duygusu geliştirilmeye çalışılmalıdır.

Ceza vermek akran zorbalığını önler mi?

Çocuğun özelliklerine bağlı olarak zorbalık önlenemez. Ortaöğretim kurumlarında bu durum disiplin suçu olarak kabul ediliyor olup akran zorbalığı cezası; kınama, uyarı şeklinde çeşitlendirilebilir.